



*Powerfrau Andrea Haggenmüller
macht ihre Leidenschaft
zur feinen Backmanufaktur.*



Hengold,



HANDGEMACHTES
AUS DEM ALLGÄU

Schokoküsse, Glückstaler ...

Jedes Glas Apfelgelee aus regionalem Bio-Apfelsaft enthält eine dekorative Apfelscheibe und ein kleines Heubündel als Hingucker.



Das knusprige Vollkorngebäck hält gut und lange. Doch die angegebenen zwölf Wochen überstehen die Kekse obnehin nicht ungegessen.

Als ich das Haus von Andrea Haggenmüller betrete, riecht es bereits verführerisch nach frischem Backwerk. Endlich erfahre ich, wie und wo die handgemachten Köstlichkeiten der kleinen Heuschleifle-Manufaktur entstehen, die ich bereits bei einer Freundin zum Kaffee probieren durfte.

Während wir in den oberen Stock des hellen und großzügigen Einfamilienhauses marschieren, erzählt Andrea, wie froh sie war, als sie nach der behördlichen Genehmigung auch die Gewerbeanmeldung bekam, um unter den strengen Auflagen in ihrer Dachwohnung Kekse, Knuspermüsli und Apfelgelee für den Verkauf herzustellen. Für zehn Päckchen ihres Vollkorngebäcks braucht die energiegeladene und sympathische Kemptenerin inklusive der hübschen Verpackung gut 2,5 Stunden. Bei einer Bestellung von 100 Packungen sind das schon einmal drei Tage, die Andrea in Vollzeit beschäftigt ist. Denn alles ist Handarbeit. Von den netten Heuschleifen bis zur selbst zerkleinerten Schokolade ... liebevoll achtet die leidenschaftliche Bäckerin auf jedes Detail.

Handgemachtes aus dem Allgäu

Bei all den Dekobändern, Etiketten und kleinen Accessoires ahne ich die vielen Schritte, die es bis zur Fertigstellung braucht. Während ich Andrea bei der Arbeit zusehe, fällt mir auf, wie sportlich und gut trainiert sie wirkt. Auf meine Frage, wie sie sich fit hält, antwortet die gebürtige Allgäuerin zuerst allgemein, welche große Rolle Bewegung für sie spielt.

Als ich ein wenig forscher nachhake, wie man so tolle Oberarme bekommt, gibt sie zögerlich Preis, dass sie 1988 Bayerische Vizemeisterin im Bodybuilding war und 2008 die 45 Kilometer mit den 1.400 Höhenmetern beim Kemptener Voralpenmarathon in knapp über fünf Stunden gelaufen ist. Ich bin beeindruckt und verstehe schon besser, woher ihre Disziplin und Ausdauer für die Heuschleifle-Leckereien kommen.

Denn schließlich kann aus persönlicher Begeisterung nur ein »Verkaufsschlager« werden, wenn man beharrlich immer wieder loszieht und sucht, wo genau das eigene Produkt die passende Zielgruppe findet. »Wenn ich nicht backe oder die Familie versorge, finde ich am Marienberg den Ausgleich für meinen manchmal turbulenten Alltag. Er ist für mich wie eine zweite Heimat und ich genieße die Natur, wann immer es geht.«

Lange Tradition

Das Backen und Kochen hat sie von ihrer Oma gelernt, auch Typisches wie Schweinebraten und Rührkuchen. Den größten Einfluss auf ihr Können als Köchin und Bäckerin hat jedoch ihre Schwiegermutter. Alte Familientraditionen zu bewahren ist Andrea wichtig. So gibt es das Heuschleifle-Grundrezept bereits seit 30 Jahren. »Die Idee mit dem Heu kam mir bei einem Spaziergang mit meinen Hunden. Ich wollte unbedingt für das gute, alte Haferflockenrezept noch eine traditionelle Zutat aus unserer Region finden. Nach unzähligen Backversuchen mit dem Bio-Heu, hatte ich end-

Mit Emmi und Benno ist Andrea täglich zwei bis drei Stunden unterwegs. Die frische Luft und Bewegung sind ein wichtiger Ausgleich zu den gelegentlichen Back-Marathons.



lich das erste perfekte Backblech voll goldbrauner und duftender Kekse, die ich sofort Heugold taufte«, lacht Andrea.

»Gerade meine ernährungsbewussten ‚Versuchskaninchen‘ haben die kleinen Powersnacks wegen der hochwertigen Zutaten wie Hafer und Dinkel und dem wenigen Rohrzucker, den ich statt weißem Zucker verwende, von Anfang an geliebt.« Ihre Tochter brachte sie nach den ersten Heugold-Erfolgen darauf, einen großen Heutaler mit Mandeln und Haselnüssen zu kreieren, eine Art Allgäuer Müsliriegel, den sie mit zur Münchner Uni nehmen konnte. Die kleine »Geistesnahrung« begeisterte die Mitstudenten bereits in der ersten Testphase.

Echter Heugeschmack

Der besondere Geschmack ihrer Kekse kommt von der selbsthergestellten Butter aus echtem Allgäuer Bio-Bergwiesenheu, die mit ihrer blumigen Note das typische Aroma zaubert. »Heukekse gibt es so noch nicht und im Vergleich zu anderen Keksen sind meine nicht mürbe, sondern knusprig«, betont Andrea. »Da bin ich schon ein wenig stolz darauf«, setzt sie schmunzelnd nach. Seit gut einem Jahr gibt es das knusprige Vollkorngebäck nun an verschiedenen Stellen zu kaufen, das seinen Markennamen der Heuschleife an jeder Verpackung verdankt. Ganz ehrlich gibt Andrea zu: »Ich weiß gar nicht so genau, wo ich hin will. Mit dem Klassiker Heugold fing alles an, inzwischen sind es schon sechs verschiedene Produkte. Ich bin eigentlich froh, dass alles langsam wächst und gedeiht. So hat alles noch die Seele und das Herzblut, die meine Heuschleife-Sachen für mich ausmachen.« Trotzdem wünscht sie sich natürlich weitere Allgäuer Geschäfte, die die Qualität ihres Gebäcks erkennen und auch den Kundenstamm haben, der Selbstgebackenes wertschätzt. Ich jedenfalls kann es kaum erwarten, in meinen Allgäuer Glückstaler mit den dicken Schokobrocken und den ganzen Haselnüssen zu beißen, den ich als einziges während unserem Besuch noch nicht gekostet habe.

Text: Natalie Markl / Fotos: Dominik Berchtold/ www.dberchtold.com §

Ein Hauch von Sommerwiese



Kleine Auszeit für Daheim

Viele Apotheken führen in ihrem Sortiment Heublumensäckchen, die durch das Erhitzen die ätherischen Öle der Kräuter freisetzen und durch die Wärmeentwicklung eine wohltuende Wirkung auf verspannte Körperstellen entfalten. Auch ein Heublumenbad, das bei Erschöpfung und Müdigkeit Abhilfe schafft, erhält man fertig zum Aufguss für eine häusliche Auszeit.

Ein Bett aus Heu



Heuschnaps & Heusüppchen



Heu verleiht Speisen und Getränken einen kräftigen und besonderen Geschmack. Für die kreative Küche daheim sollte man allerdings darauf achten, dass es unbelastet von Düngemitteln und anderen Rückständen ist. Am besten man achtet hier auf das Bio-Zeichen. Und was sich vielleicht seltsam anhört, ist durchaus als brauchbarer Tipp gemeint: In den meisten Tierhandlungen gibt es bestes Bio-Heu in jeder erdenklichen Packungsgröße.

Kindheitserinnerungen auf dem Bauernhof, das Toben im Heuschober bei Freunden ... Wer hat ihn nicht in der Nase? Diesen wunderbaren Geruch von frisch gemähtem Gras, das auf dem Feld in der Sonne trocknet. Heu wird inzwischen im Gesundheits- und Wellnessbereich zur körperlichen und seelischen Regeneration wiederentdeckt. Vom Übernachten im losen Heu, das Stress abbauen soll, bis zu Heuwickeln und Heubädern, die Schmerzen lindern sollen, ist alles zu finden ...

Übrigens: Schlafen im Heubett soll harmonisierend wirken, bei Rheuma und Störungen des Bewegungsapparates helfen, Schlafstörungen lindern und gut für die Atemwege sein. Wichtig ist dabei, dass das Heu trocken und staubfrei ist.

Hätten Sie's gewusst?

Je nachdem, woher das Bergwiesenheu kommt, lassen sich darin pro Quadratmeter um die 70 verschiedene Blumen, Heil-Kräuter und Gräser finden.

Text: Natalie Markl / Pfronten Tourismus, E. Reiter (1); © vetre - Fotolia.com (1); © Dasha Petrenko - Fotolia.com (1) 8